

Gravidez durante a pandemia de COVID-19:

Quando ligar para sua médica, parteira ou enfermeira

A gravidez traz muitas sensações, mudanças e preocupações. Você talvez não saiba quais sensações ou sintomas são normais e quais não são. Este guia pode ajudar a saber quando precisa ligar para sua médica, parteira ou enfermeira durante a gravidez e depois de ter o bebê. Quando ligar, você precisará dizer seu nome, a data prevista do parto e a data de sua última menstruação.

Durante a gestação

Ligue para sua médica, parteira ou enfermeira se sentir qualquer um dos seguintes sintomas:

- Dor aguda na barriga ou dor na barriga que não passa.
- Dor de cabeça forte e súbita que dure mais de duas horas.
- Contrações de parto. As contrações parecem um aperto ou cólica na barriga. Existem dois tipos de contração:
 - [As contrações de Braxton Hicks](#) são contrações de prática que você sente às vezes. Elas duram alguns segundos, não são fortes e param quando você muda de posição.
 - [As contrações de parto](#) ficarão mais fortes, mais demoradas e mais próximas umas das outras. Elas não passam quando você muda de posição.
- Sua bolsa estourar ou você perceber algum sangramento, grande ou pequeno.
- Qualquer [sinal ou sintoma](#) de COVID-19, como dor de cabeça que não passa, dificuldade de respirar, febre ou perda de paladar ou olfato.



Depois que você tiver o bebê

Depois de ter o bebê, seu corpo pode passar por muitas mudanças que podem aumentar o seu risco de problemas sérios de saúde após a gestação. Ligue imediatamente para sua médica, parteira ou enfermeira se tiver algum dos sinais ou sintomas da tabela da próxima página. Esses sinais e sintomas são conhecidos como “sinais de alerta pós-parto”. Você pode saber mais sobre eles na próxima página e [aqui](#).



Sinais de alerta pós-parto

<p>Ligue para 911 se você sentir</p>	<ul style="list-style-type: none">• Dor no peito• Dificuldade para respirar ou não conseguir respirar• Convulsões• Pensamentos de machucar a si, ao bebê ou outra pessoa.
<p>*Ligue para sua médica ou parteira se tiver</p> <p><small>*Se não conseguir falar com sua médica ou parteira, ligue para 911 ou vá para o pronto-socorro.</small></p>	<ul style="list-style-type: none">• Sangramento que encharque um absorvente em uma hora ou coágulos do tamanho de um ovo ou maior.• Incisão ou corte da gestação que não esteja cicatrizando.• Perna vermelha ou inchada que esteja dolorida ou quente ao tocar.• Temperatura de 37,8 graus ou mais.• Dor de cabeça que não melhore mesmo depois de tomar remédio ou dor de cabeça forte acompanhada de alterações na visão.• Sentimentos de tristeza ou ansiedade que durem mais que algumas semanas ou continuem a piorar.• Sentimentos que impeçam que você cuide de si ou do bebê a qualquer momento. Esses podem ser sintomas de depressão pós-parto ou outras doenças.• Qualquer sinal ou sintoma de COVID-19, como dor de cabeça que não passa, falta de ar, febre ou perda de paladar ou olfato.



Esta publicação tem o apoio da [Administração de Recursos e Serviços de Saúde \(Health Resources and Services Administration, HRSA\)](#) do [Departamento de Saúde e dos Serviços Humanos dos Estados Unidos da América \(U.S. Department of Health and Human Services, HHS\)](#) como parte de um subsídio totalizando US\$ 10.361.110,00. O autor é responsável pelo conteúdo, que não necessariamente representa a visão oficial nem o endosso da HRSA, do HHS ou do governo dos Estados Unidos.

Se você não tiver assistência médica, encontre navegadores comunitários ou rastreadores de contato aqui: <https://211.unitedway.org/services/covid19>. Obtenha serviços de tradução ou teletipo (TTY) aqui: <https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>.